

# 水火昇降論的인 입장에서 살펴본 煩惱와 無記에 대한 접근

김경철\* · 이용태

동의대학교 한의과대학 생리학교실

## Study on the Agony and Non-mind by the Approach of "WATER & FIRE complement each other"

Gyeong Cheol Kim\*, Yong Tae Lee

Department of physiology, College of Oriental Medicine, Donggeui University

The person mental get accomplished unconsciousness and consciousness. The wisdom is smoothly thinking activity. If the ascent and descent operation of "HEART mental faculties (心神) - KIDNEY essence of life (腎精) is normal, mental action is clearness. The wrong mental action come out two direction. The one is the agony as a result of the prosperous appear on the Heart Fire(心火). The other is the non-mind as a result of the prosperous appear on the Kindey Water(腎水). If we keep on the maintenance of the condition on WATER & FIRE complement each other (水火昇降) by the mental concentration training method, we can conquest for the agony and non-mind.

Key words : the mental concentration training method, the agony and non-mind

### 서 론

인류는 고도로 뛰어난 두뇌의 정신사유활동을 遂行한다. 이 미 內經에서 언급하고 있듯이, 인간은 정신의 基層部를 바탕으로 객관세계의 대상물에 대한 반응으로써, 마음이 작동하여 정신 사유활동을 하고 있다. 精과 神은 魂魄과 더불어 정신의 기층부적인 요소이면서, 동시에 물질세계의 자극에 대한 반응체인 五神중에서 보다 직접적으로 心腎과 관련되어 지혜로운 처신의 중심적인 역할을 하고 있으며, 心腎의 원활한 작용 여부는 藏象論의 心腎의 水火相交로써 감지된다. 그런데 인간의 정신사유는 많은 문제점을 간직하고 있어서, 健康과 養生法에 반발하여 인생에 대한 고뇌를 만들고 있다. 그 고뇌의 양상은 때로는 개인적으로 혹은 사회적으로, 때로는 역사에 대하여 발전적으로 혹은 퇴행적으로, 때로는 파괴적으로 혹은 평화적으로, 때로는 수동적으로 혹은 능동적으로, 때로는 好意的으로 혹은 惡意的으로 진행된다. 이처럼 여러 형태로 나타나는 인간 정신사유 활동의 그릇된 방향은 크게 두 경향성이 있다. 그 하나는 陽쪽으로 치우친 것으로써 온갖 생각이 끈임 없이 생겨나는 煩惱가 있으며, 다른 하나

는 陰쪽으로 치우친 것으로써 멍청하여 생각과 판단이 서지 못하는 無記가 있다. 이 無記와 煩惱는 中央之太極인 本體論의인 마음이 偏僻되게 작용하여 나타나는 대표적인 양상이므로 中道를 추구하는 修行者 뿐만 아니라, 생명을 취급하는 醫者에게도 의미가 깊다.

이에 저자는 정신발현의 대표적인 두 邊見인 煩惱와 無記를 生理論의 心腎水火論의으로 고찰함으로써, 이를 극복하는 방안을 제시하고자 한다.

### 본 론

#### 1. 作用 心 중심의 정신발현 과정

정신사유 활동에 관한 內經의 心에 대한 내용은 本體 心보다는 作用 心에 대한 것으로 관찰된다. 心과 관련된 정신 사유활동에 대해서 <靈樞 本神篇>에 잘 설명되어 있다<sup>1)</sup>. 여기에는 精神魂魄心意志思慮智에 이르는 일련의 정신활동이 기재되어 있는데, 이는 精神魂魄의 출입왕래를 통합한 반응의 器로서의 作用心

\* 교신저자 : 김경철, 부산시 진구 양정동 산45-1, 동의대학교 한의과대학  
· E-mail : kimkc@dongeui.ac.kr, · Tel : 051-850-8649  
· 접수 : 2003/08/11 · 수정 : 2003/09/30 · 채택 : 2003/11/01

1) 정신 발현과 인지과정에 대한 연구로는 잠기남의 정신 발현에 대한 고찰, 이충렬의 동의학에서의 인지과정에 대한 고찰, 이용태의 장부와 칠정의 관계에 대한 문헌적인 고찰 등이 있다. 이들은 정신의 발현과정에 대한 고찰을 내경 중심으로 하여 연구한 바, 정신사유 발현에 대한 한방 정신생리의 기초를 마련한 의의가 있다고 생각된다.

이 외부자극을 感受하고 意志思慮智의 사고과정을 거쳐 외계의 사물에 대처함을 기술한 것이다.2) 이중에서 “所以任物者, 謂之心”에서의 “任”이란 “負擔, 支配”의 뜻으로 外界 사물의 자극에 반응하는 것을 말한다. 이것이 바로 감각과 지각이며 기억의 과정을 통과하여 思惟과정에 곧바로 연결된다.3)

精, 神, 魂, 魄은 정신의 基層部로서 정신사유 활동의 本體的인 心이 되며, 作用 心은 이를 바탕으로 객관물질세계의 자극 대상에 대하여 두뇌의 정신활동이 비로소 반응하는 단계를 의미한다. 본체론적인 心은 의식 이전의 무의식적인 상태로써, 의식적인 정신 활동의 기반을 형성하는 것이다. 이는 생명의 기원과 더불어 함으로써 生來의이며, 객관세계의 물질 대상에서 생명으로의 질적인 차원을 달리함으로써 本質의이며, 눈에 보이거나 손으로 만져지지 않아서 느끼거나 체감으로 다가갈 수 있어서 체험적, 종교적, 철학적이며, 정신분석에서 말하는 인간 정신의 원형에 해당한다고 할 수 있다.

그리고 우리가 흔히 말하는 마음 또는 정신은 모두 객관물질세계의 자극대상이 선행되어야 일어나는 作用心을 말하는 것이다. 우리는 대상에 대하여 그것이 보다 물질적이던지 정신적이던지 간에 자극을 수용하면서 생각을 일으키게 된다. 만약 객관세계의 대상이 일체 없다면, 마음이나 정신은 활동을 할 수 없게 된다. 이런 점에서 內經의 “所以任物者, 謂之心”은 아주 정확하게 作用心을 표현한 것으로 판단된다. 원래 일정한 반응 양상이 없어서 뭐라 표현할 수 없는 本體 心이 객관세계의 자극 대상에 대하여 반응함으로써, 한 생각의 과정을 일으키게 되는 순간을 절묘하게 표현한 것이다.

이 때 반응의 초기단계로 생성되는 의식이 곧 意이며, 다양한 형태의 의식활동을 정제하고 가다듬는 일련의 과정이 意, 志, 思, 慮의 과정이며 그 결과가 바로 智이다.4) 최종 결과물인 의 智는 다시 心에 작용하여 전체적인 정신활동을 총괄하게 함으로써 통합된 자아를 실현하게 한다.

## 2. 智慧·煩惱·無記의 상태와 心腎 水火昇降

정신사유의 발현과정이 원활하게 작동되어 나타난 최종의 결과물이 바로 지혜이다. 지혜는 삶에 대한 올바른 처신을 하는 원천이다. 이를 內經에서는 의화적인 차원에서 養生의 지혜라고 표현하였다. 주체적인 생명 활동을 영위하는 대표적인 神機之物인 인간은 자율적인 정신 사유활동을 하며, 이 정신 사유활동의 시발은 객관물질세계 대상체의 자극에 대한 반응으로 볼 수 있다. 이로부터 감각과 지각, 기억, 사고 등의 일련의 인지과정을 나타내는데, 智慧는 여기서 우리각자의 구체적인 자기의사를 발현하는 인식작용으로 삶을 적절히 유지하게 한다. 즉, 객관물질세계 대상체의 자극에 대하여 올바르게 반응하고 판단하는 것이 지혜가 되며, 그 핵심에는 作用心이 있는 것이다.

지혜는 意, 志, 思, 慮 과정을 통합하는 결과물이며, 心의 작용 여하에 따라 영향을 받게 된다. 그 이유는 만약 作用心이 대상체에 대하여 반응하지 않으면 지혜를 가동하여 사용할 일도 없게 되고, 心이 작용하는 경향성에 따라 인식과정과 지혜 발현의 방향성도 달리 결정되기 때문이다. 그러므로 인간의 정신사유 활동의 작용적인 차원에서 인식과정과 지혜의 발현에는 心神이 중요하며, 이차적으로 神과 정신의 기층부 차원에서 짝이 되는 精을 저장하면서 동시에 心火적인 오행 속성을 견지하고 조절하는 腎精 腎水의 입장도 중요하게 된다.

즉, 本體的으로 정신의 기층부를 형성하는 神과 精을 저장하면서 동시에, 作用的으로 정신사유의 발현과정에서 대상체의 자극에 반응하는 시발적인 주체로써 心과 인식과정에서 고유한 자기화가 마련된 志를 저장하는 腎의 水火論인 氣의 昇降循環은 體用 兩面에서 지혜 발현에 주요 근간을 이룬다고 판단된다. 이처럼 智慧는 心腎의 水火昇降이 원활하게 가동되어 心火가 제대로 降하는 惺惺한 상태와 腎水가 제대로 昇하는 寂寂한 상태가 온전하게 유지되는 惺惺寂寂한 상태에서 발현되는 것이라고 하였으며, 따라서 藏象論의인 水火昇降과 精의 統一과 神의 分化의 合一 狀態의 智慧 發顯은 동전의 양면과 같은 입장이다.

그런데 지혜를 썬에 있어서 우리 인간은 각자가 가지고 있는 기존의 정보에 의거하거나 또는 不知不識間 버릇에 따라 어떤 판단과 선택을 하고 행위를 하게 되면서, 그 과정중에 그리고 행위 결과를 놓고 苦悶과 葛藤을 하게 된다. 이 고민과 갈등에 대하여 陰陽論的으로는, 精의 統一과 神의 分化의 合一을 완성하는<sup>5)</sup> 精神의인 智慧를 사용하는 활동의 문제점으로 지나친 亢盛의 상태와 지나친 沈降의 상태가 있다고 생각된다. 이중에서 지나친 亢盛의 상태는 陽의인 경향으로 心腎 水火昇降이 제대로 되지 않고 心火의 昇만이 강화된 것이니, 心神火에 腎精水가 제대로 공급되지 않은 상태로써, 精의 統一없이 神의 分化와 發散만으로 치달아 精神 合一이 완성되지 못하여 정신집중이 되지 못하는 것이다. 따라서 온갖 생각이 번잡하게 꼬리에 꼬리를 물고 일어나게 되어 번뇌의 상태가 된다. 惺惺寂寂에서 腎水의 寂寂은 없고 잘못된 心火의 惺惺만이 있게되는 것이다. 잘못된 惺惺이 바로 끊임없는 妄想을 자아내는 煩惱의 狀態로 나타나는 것이다.

한편, 지나친 沈降의 상태는 陰의인 경향으로 心腎 水火昇降이 제대로 되지 않고 腎水의 降만이 강화된 것이니, 腎精水에 心神火가 제대로 자극을 주지 못하는 상태로 정신집중이 되지 못하는 것이다. 神의 分化나 發散없이 精의 지나친 統一 作業만 있으므로, 精과 神의 合一로 인한 精神 完成은 없게 된다. 따라서 객관물질세계의 대상에 대한 생각과 판단이 서지 못하는 어리석은 無記 상태가 된다. 惺惺寂寂에서 心火의 惺惺은 없고 잘못된 腎水의 寂寂만이 있게되는 것이다. 잘못된 寂寂이 바로 한없이 미한 無記의 상태로 나타나는 것이다.

## 3. 煩惱와 無記의 극복과 水火昇降

煩惱와 無記는 우리의 마음이 지혜롭게 작용하는데 방해되

2) 大韓東醫生理學會編, 동의생리학, p. 71, 경희대학교 출판국, 서울, 199

3) 王米渠編, 中醫心理學, pp. 152-154

4) 精神은 사람의 生命, 魂魄은 인간의 생리본능, 心은 인간의 思惟器官, 意志思慮智는 사람의 정신활동 중 고차원의 정신활동이라고 정리하기도 한다.

곽로준, 黃帝內經校注語釋, 천진과학기술출판사, p. 80, 중국 천진, 198

5) 우주변화의 원리 270p. 精은 통일에서 이루어지고 神은 분화에서 생기는 것인바, 이 두 개가 합함으로써 精神으로 완성되는 것이다.

## 결론

는 대표적인 두가지 그릇된 邊見이다. 하나는 불같이 끈임없이 타오르고, 다른 하나는 한없이 어둠으로 떨어지는 상태에 比肩된다. 藏象論의 心腎水火의 昇降이 제대로 가동되어 中道로서의 智慧가 발현된다면, 煩惱와 無記의 兩邊見에 떨어지는 衆生의 屬性에서 벗어날 수 있을 것이다. 정신사유의 발현과정에서 惺惺寂寂의 상태가 유지되려면, 精과 神 중심의 心腎의 기운 교류에서 心火는 생리적으로 명확하게 惺惺하고, 腎水는 안정하여 寂寂한 상태가 수반되어야 한다. 이는 정신의 집중을 기초로 하여 나타나는데, 만약 정신이 물질세계의 대상체에 執着하여 산만하게 되면 煩惱와 無記의 兩邊見에 떨어진다. 따라서 煩惱와 無記의 극복은 정신 집중을 통한 심신수화 승강을 이루고, 이를 바탕으로 성성적적하여 양변견에 떨어지지 않는 것에서 달성된다. 이로 볼 때 문제는 정신차원에서 정신집중을, 육체 차원에서 水火昇降을 어떻게 이룰 수 있는 가이다.

物心兩面으로 관찰되는 존재인 인간의 입장에서 心火와 腎水의 昇降 交流的인 차원 그리고 神과 精의 정신집중의 차원 이 둘 모두를 만족하는 개념으로 우리는 氣를 생각할 수 있다. 物心兩面의 生命體를 관찰대상으로 삼는 의학적인 입장에서 生體 氣를 판단한다면, 정신에서 물질화하는 것과 물질에서 정신화하는 것을 아우르는 개념으로 이해할 수 있으며, 이런 氣는 우리의 인체에서 呼吸과 바로 직결되는 것이다. 이로 볼 때 육체, 정신, 호흡의 3박자적인 측면으로 생리적인 水火昇降과 정신집중을 마련할 수 있다. 그러므로 여기서 제시할 수 있는 구체적인 수련방안으로 육체의 조절을 바탕으로 삼는 태극권, 호흡의 氣를 바탕으로 삼는 단전호흡, 疑心으로 정신을 집중하는 話頭坐禪 등을 들 수 있겠다.

이와 더불어 중요한 문제는 평상시의 생활 속의 실천인데, 수련의 상태와 효과를 지속하려면 생활속에서 원활한 心腎水火昇降과 정신집중의 상태가 필수적이기 때문이다. 결국 기공사, 도사, 스님 등의 전문적인 프로그가 아닌 일반인을 대상으로 할 때, 생활속의 수련이 중요 문제로 대두된다. 사회 생활 속의 수련의 구체적인 방안은 자기 검증에서 찾을 수 있을 것이다. 아침 기상 시, 낮 동안 사회 생활하면서, 그리고 밤에 자기 前에 자기가 수련자임을, 중도의 지혜를 잘 활용하였는가를, 兩邊見에는 떨어지지 않았는가를, 心腎 水火昇降의 氣 교류는 제대로 되었는가를 참회하는 것으로 방편을 삼을 수 있다.

그러므로 구체적인 수련의 시간에는 정신집중의 상태를 훈련하고, 생활의 시간에는 성성적적한 중도의 지혜를 얼마나 잘 유지하고 쓰는가를 점검하여 行住坐臥, 語默動靜과 夢中, 熟眠에서 一如한 與否를 懺悔하고 수련의 보조 역할을 하게 함으로써, 煩惱와 無記를 극복하는 수행의 시작과 과정 및 목표를 분명히 할 수 있게 된다.

사람의 정신사유 활동에 대하여 內經에서는 정신의 기층부에 해당하는 무의식적인 요소, 객관물질세계의 대상에 접촉하여 비로소 발현하는 작용心, 그리고 뒤이어서 나타나는 意志思慮의 과정과 삶의 양생에 대한 智慧를 논하고 있다. 따라서 지혜는 사유활동 과정이 원활하게 펼쳐지는 것을 말한다고 하겠으며, 이는 결국 心神을 중심으로 魂神意魄志 五神의 작용이 원활한 것을 말하며, 이는 동시에 心腎水火의 昇降이 제대로 작동되어 인체의 神精이 惺惺寂寂한 것을 말한다. 그런데 여기서 그릇된 사유 과정이 일어나는데 이의 방향을 心腎水火論을 중심으로 살펴보면, 그 하나의 방향은 心火가 熾盛한 쪽으로 흐르는 것으로써 이의 대표가 바로 煩惱가 되며, 나머지 하나는 腎水가 지나친 沈降한 쪽으로 흐르는 것으로써 그 대표적인 상태가 無記가 된다. 그러므로 구체적인 수련법의 정신집중과 생활속의 자기 참회로 水火昇降이 圓滑한 惺惺寂寂의 狀態를 維持함으로써, 진정하게 煩惱와 無記를 극복할 수 있게되는 기틀을 마련하게 된다.

## 참고문헌

1. 王克勤. 中國神主學說, 中醫古籍出版社, 北京, 1988.
2. 張明准外 二人. 心腦 神志病 辨證論治, 黑龍江科學技術出版社, 1988.
3. 李其祿. 精神病的中醫治療, 中國中醫藥出版社, 1994.
4. 이충렬. 중의학이 한방생리학 분야에 끼친 영향과 극복, 동의생리학회지, 12권1호, pp.143-155, 1997.8.
5. 조용현. 정신은 어떻게 출현하는가서광사, 1996.
6. 이만갑. 의식에 대한 사회학자의 연구, 소화간, 1996.
7. 이용태, 김경철. 내경과 동의수세보원의 심에 대한 비교 연구, 동의논집, 27집 자연과학편, pp.349-359, 1997.
8. 김지혁. 황의완. 내경에 나타난 神의 고찰, 대한한의학회지, vol.7, no.1, pp.104-108, 1986.
9. 대한동의생리학회편. 동의생리학, 경희대출판국, 1993.
10. 王米渠. 中醫心理學, 天津科學技術出版社, 香港, 1985.
11. 郭露春. 黃帝內經教主語譯, 天津科學技術出版社, 1989.
12. 성강경. 뇌의 기능에 대한 장상론적인 고찰, 대한한의학회지, vol.16, no.1, pp.468-474, 1995.
13. 김기추, 절대성과 상대성, 보림선원, 1986.
14. 김기추, 금강경강론, 보림선원, 1986.
15. 강정진, 영원한 대자유인, 궁리, 2003.
16. 한동석, 우주변화의 원리, 대원출판, 2001.